ISSN : 2685-9092 Vol. 3 No. 2 (November, 2021)

Relationship Between Self Confidence and The Anxiety in Facing The Working World To The Upper Degree Students Majoring Of Sendratasik Padang State University

Irdam, Harri Kurniawan, Geri Tio Nerindo

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang

Email: irdam@upiyptk.ac.id

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between self-confidence and anxiety in facing the world of work in the final year students who are currently taking a thesis at the Sendratasik Department, State University of Padang. The research method used in this research is the quantitative method. The study population numbered 111 people with a sample size of 83 people. The sampling technique in this study is the random sampling technique. Test the validity and reliability in this study using the Alpha Cronbach technique. The item difference index on the Confidence scale moves from rix = 0.304 to rix = 0.801 with a reliability coefficient of α = 0.912. While the item difference index on the Anxiety scale moves from rix = 0.320 to rix = 0.702 with a reliability coefficient of α = 0.912. The technique of collecting data in this study is a scale. Hypothesis testing uses Product Moment testing techniques. Based on the data analysis, the hypothesis was obtained using the analysis formula, which obtained a significant value on the Confidence scale of p = 0.255 with KSZ = 1.014 and anxiety of p = 0.088 with KSZ = 1.251. These results indicate that the p value> 0.05 means that the distribution is normally distributed. Based on the test with Product Moment obtained a significant value of 0.000 smaller than the probability value <0.01. Therefore, as the basis for the decision-making of the Product Moment test, it can be concluded that the hypothesis is accepted with a negative directional correlation, thus there is a relationship between self-confidence and anxiety in final level students who are taking thesis in Sendratasik Department, Padang State University.

Keywords: Anxiety, Self-Confidence, Student

PENDAHULUAN

Pekerjaan merupakan hal yang sangat penting bagi setiap orang, kompetisi dalam mencari pekerjaan semakin besar karena dituntut keahlian dan keterampilan seseorang dalam bidang yang digelutinya. Saat ini banyak lulusan yang tidak hanya berasal dari dalam negeri tetapi lulusan luar negeri ikut bersaing dalam mencari pekerjaan di Indonesia. Mencari pekerjaan bukan hal yang mudah. Persaingan yang ketat membuat individu berusaha meningkatkan kualitas diri terutama pendidikan yang dimiliki. Semakin tingginya tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin luas pula kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan (Rahayu, 2015).

Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) di Indonesia pada Februari 2017 sebesar 5,33 persen, mengalami penurunan sebesar 0,28 persen poin dibanding Agustus 2016 dan turun sebesar 0,17 persen poin dibanding Februari 2016. Badan Pusat Statistik (BPS) mengungkapkan, pada tahun 2017 telah terjadi kenaikan jumlah pengangguran di Indonesia sebesar 10.000 orang pada Agustus 2016 hingga 2017 sebesar 7,04 juta. Kepala BPS Kecuk Suhariyanto mengatakan, pertambahan jumlah pengangguran tersebut disebabkan oleh peningkatan jumlah angkatan kerja di Indonesia (Kompas.com).

Kecemasan diartikan sebagai kecemasan didefinisikan sebagai respon terhadap ancaman dari rasa sakit dan dunia luar yang berfungsi untuk memperingatkan individu dari bahaya. (Freud dalam Safaria, 2012). Spielberger (dalam Putri, 2012) menyatakan bahwa rasa cermas secara bertahap dan perlahan meningkat. Setiap orang memiliki tingkat kecemasan yang berbeda dan mengalami perubahan fisiologis yang berbeda dalam menghadapi situasi yang mereka anggap berbahaya. Spielberger (dalam Putri, 2012) juga menunjukkan bahwa kecemasan adalah proses kompleks yang bervariasi dari orang ke orang. Kecemasan

adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang muncul karena adanya ekspektasi terhadap situasi yang berbahaya atau mengancam dan konsekuensinya di masa depan.

Dunia kerja merupakan salah satu situasi diluar diri yang mendatangkan kecemasan. Hal ini disebabkan oleh faktor eksternal terdiri dari keluarga, latar belakang sosial ekonomi, gender, teman sebaya, dan lingkungan sekolah (Hasan dalam Silitonga, 2017). Sementara itu, faktor internal terdiri dari intelegensi dan bakat khusus, minat vokasional, kepribadian, nilai, aspirasi karir, dan konsep diri (Hasan dalam Silitonga, 2017). Nugroho dan Sukmasari (dalam Purwanto, 2019) berpendapat bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri yang dimiliki maka semakin rendah kecemasan yang akan dihadapi dan begitu pula sebaliknya.

Upaya dalam mencapai prestasi dikembangkan dari aktifitas dan kreatifitas, kepercayaan diri menjadi salah satu syarat yang penting di dalamnya. Kepercayaan diri tidak muncul dengan sendirinya. Hal ini ditumbuhkan dari proses interaksi yang baik dalam lingkungan sosial, berlangsung secara kontinu serta berkesinambungan. Menurut Lauster (dalam Syam dan Amri, 2017) kerpercayaan diri adalah keyakinan atau sikap tentang kemampuan seseorang untuk mengurangi kecemasan ketika bertindak, merasa bebas sesuai keinginan, dan bertanggung jawab atas tindakannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, keberhasilan yang menggembirakan, dan mampu mengenali kekuatan dan kelemahan diri sendiri. Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang mengandung keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan seseorang. Seseorang yang percaya diri sering berpikir bahwa dia mampu melakukan apa pun yang perlu dia lakukan dengan kemampuannya (Afiatin dan Andayani dalam Komara, 2016).

Menurut Anshar (dalam Kasanah, 2016), pengangguran bukan hanya karena terbatasnya kesempatan kerja tetapi juga karena pencari kerja tidak dapat memenuhi persyaratan atau kualifikasi yang dituntut oleh dunia usaha. Oleh karena itu, setiap pencari kerja perlu dibekali dengan pengetahuan, keterampilan, dan sikap tertentu. Banyak orang beranggapan bahwa persaingan di dunia kerja itu berat, namun tidak sedikit pula yang menganggap persaingan itu menakutkan. Bahkan, sangat sulit untuk mencari pekerjaan, bahkan untuk lulusan universitas sekalipun. Mahasiswa semester akhir harus mempersiapkan diri secara psikologis untuk memasuki dunia kerja. Jika seorang mahasiswa merasa tidak mampu mempersiapkan diri dengan baik, mereka cenderung gugup memasuki dunia kerja. Kecemasan mahasiswa akhir semester terhadap dunia kerja dipengaruhi oleh beberapa hal. Faktor-faktor yang peneliti temukan ketika berdialog dengan mahasiswa semester akhir di Jurusan Sendratasik Universitas Negeri Padang antara lain; kepercayaan diri, potensi diri yang dimiliki, pengalaman organisasi yang pernah diikuti, persaingan dunia kerja yang ketat, pekerjaan yang tidak cocok, serta adanya keterampilan lain yang dimiliki. Faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ini diperoleh dari hasil wawancara peneliti dengan 6 mahasiswa semester akhir di Jurusan Sendratasik Universitas Negeri Padang. Selain itu mereka mengaku belum bisa mengambil keputusan sendiri dalam menentukan pekerjaan yang harus dijalani. Bingung dalam menetapkan pilihan pekerjaan seperti lebih cocok jika bekerja di pelatihan seni atau sekolah seni atau bekerja di lembaga-lembaga seni. Selain itu, mereka juga membuat banyak pilihan pekerjaan yang akan dijalani nantinya tetapi tidak dapat memilih salah satu tujuan yang benar-benar diinginkan. Beberapa mahasiswa juga mengatakan bahwa masih kurangnya pengalaman selama di perkuliahan membuat mereka ragu untuk bisa mendapatkan pekerjaan yang diinginkan.

Peneliti juga melihat bahwa mahasiswa tingkat akhir di Jurusan Sendatasik Universitas Negeri Padang ada yang memiliki sikap optimis dalam menghadapi dunia kerja, namun ada beberapa lainnya yang memiliki sikap pesimis. Sikap optimis dan pesimis ini tentu saja berkaitan dengan kepercayaan diri dari dalam diri mahasiswa yang bersangkutan. Sikap optimis dan pesimis ini mempengaruhi mereka ketika akan memasuki dunia kerja. Mahasiswa yang optimis cenderung memiliki kesiapan mental dalam menghadapi dunia kerja, namun bagi mahasiswa yang pesimis cenderung memiliki kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional. Populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 111 orang Mahasiswa Akhir yang sedang mengambil skripsi Jurusan Sendratasik Universitas Negeri Padang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *simple random sampling*. Karakteristik sampel pada penelitian ini adalah Mahasiswa Akhir Jurusan Sendratasik Universitas

Negeri Padang Semester delapan. Adapun jumlah sampel sebanyak 83 orang Mahasiswa Akhir yang sedang mengambil skripsi Jurusan Sendratasik Universitas Negeri Padang.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Kepercayaan Diri dengan skala Kecemasan yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan. Format respon jawaban skala kecemasan dan skala kepercayaan diri berdasarkan empat pilihan jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai). Validitas skala Kepercayaan Diri bergerak dari r_{ix} = 0,304 sampai dengan r_{ix} = 0,801 dengan koefisien reliabilitas sebesar α = 0,912. Sedangkan pada skala Kecemasan bergerak dari r_{ix} = 0,320 sampai dengan r_{ix} = 0,702 dengan koefisien reliabilitas sebesar α = 0,912. Data penelitian akan melewati berbagai tahap analisis yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Analisis data menggunakan analisis korelasi *Product Moment (Pearson)*.

.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji normalitas menunjukan kedua variable berdistribusi normal (p>0,05). Nilai signifikansi kepercayaan diri sebesar KSZ=1,014 dan Kecemasan dengan KSZ=1,251. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai p>0,05 artinya sebaran terdistribusi secara normal. Uji linearitas menunjukkan nilai F sebesar 16.070 dengan signifikansi sebesar p= 0,000 (p<0,05), artinya data linear.

Tabel 1: Hasil Uji Korelasi Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan

P	Sig (α)	Nilai Korelasi (r)	R square
0.000	0,01	-0,377	0.142

Berdasarkan tabel di atas, maka diperoleh koefisien korelasi antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan yaitu sebesar r = -0,377 dengan taraf signifikansi p = 0,000. Hal ini menunjukkan adanya korelasi negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan. Artinya jika kepercayaan diri tinggi, maka Kecemasan akan rendah, dan sebaliknya jika Kepercayaan Diri rendah, maka Kecemasan akan tinggi. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima.

Tabel 2: Descriptive Statistic Skala Kepercayaan Diri dengan Kecemasan

Variabel	N	Empirik			
		Mean	Std.Deviation	Minimum	Maximum
Kepercayaan Diri	83	63.72	17.628	28	99
Kecemasan	83	77.14	12.998	51	102

Berdasarkan nilai mean empirik, maka dapat dilakukan pengelompokkan yang mengacu pada kriteria pengkategorisasian dengan tujuan menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2016) berdasarkan norma kategorisasi, diperoleh kategorisasi subjek penelitian pada variable Kepercayaan Diri dengan Kecemasan sebagai berikut :

Tabel 3: Kategori Kepercayaan Diri dan Kecemasan

Variabel	Skor	Jumlah	Persentase (%)	Kategori
Kepercayaan Diri	28-46	17	20,5%	Rendah
	47-82	49	59%	Sedang
	83-99	17	20,5%	Tinggi
Kecemasan	51-64	10	12%	Rendah
	65-90	57	69%	Sedang
	91-102	16	19%	Tinggi

Berdasarkan kriteria kategorisasi tabel di atas, dapat diperoleh gambaran bahwa Kepercayaan Diri pada subjek penelitian sebagian berada pada kategori rendah yaitu 17 orang sebesar (20,5%) sementara 49 orang sebesar (59%) pada kategori sedang dan 17 orang sebesar (20,5%) pada kategori tinggi. Sementara itu pada Kecemasan dapat digambarkan bahwa sebagian berada pada kategori rendah yaitu 10 orang sebesar (12%), 57 orang sebesar (69%) pada kategori sedang dan 16 orang sebesar (19%) pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil uji korelasi Product Moment (Pearson) diperoleh koefisien korelasi antara variabel Kepercayaan Diri dengan Kecemasan yaitu sebesar r = -0,377 dengan taraf signifikansi p = 0,000. Hal ini menunjukkan adanya korelasi negatif yang artinya jika kepercayaan diri tinggi, maka kecemasan akan rendah, dan sebaliknya jika kepercayaan diri rendah, maka Kecemasan akan tinggi. Hal ini diperkuat dengan

hasil uji signifikansi didapatkan p = 0,000 < 0,01 level of significant (α). Sesuai dengan pernyataan diatas hipotesis diterima, bahwa terdapat hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengambil skripsi Jurusan Sendratasik Universitas Negeri Padang.

Hal ini sejalan dengan penelitan sebelumnya yang telah dilakukan oleh Nugroho (2010) dengan hasil menunjukan adanya hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Spielberger (dalam Putri, 2012) juga menyarankan bahwa kecemasan adalah serangkaian proses kompleks yang bervariasi dari orang ke orang. Kecemasan adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang muncul sebagai antisipasi terhadap situasi yang berbahaya atau mengancam dan konsekuensinya di masa depan. Kecemasan terhadap dunia kerja dapat disebabkan oleh faktor eksternal maupun internal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data dan analisis data dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dengan arah negatif yang artinya jika Kepercayaan Diri tinggi, maka Kecemasan akan rendah, dan sebaliknya jika Kepercayaan Diri rendah, maka Kecemasan akan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

Agustyaningrum, N., & Suryantini, A. (2016). Hubungan Kebiasaan Belajar dan Kepercayaan Diri dengan Hasil Belajar Matematka Siswa Kelas VII SMPN 27 Batam. Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika, 1(2), 158-164.

Nasution, A. F. (2009). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kepercayaan Diri Terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi Mahsiswa UMSU. Jurnal Riset Akuntansi, 9(2), 111-122.

Chaplin, J.P. 2016. Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta: Grafindo.

Dinata, P. (2014). Hubungan Antara Kecemasan Akan Sempitnya Lapangan Pekerjaan Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Medan. Jurnal Psikologi, 2(5).

Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2011). Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.

_________________.(2012).Gaya Belajar: Kajian Teoretik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Kasanah, S. (2016). Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri. Bandung: Ruzz Media.

Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa. Jurnal Psikopedagogia, 5(1), 33-42.

Priyatno, D. (2013). Mandiri Belajar SPSS Bagi Mahasiswa dan Umum. Yogyakarta: Mediakom.

Purwanto. (2019). Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta: Purwasuara.

Putri. (2012). Kecemasan Pada Masa Fase Dewasa Awal. Jakarta: Grafindo Persada.

Rahayu, D. (2015). Kepercayaan Diri Dalam Menghadapi Dunia Kerja Mahasiswa Politeknik Semarang. Skripsi. Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Yogyakarta.

Safaria, T., & Saputra, E. N. (2012). Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Silitonga, S. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Dalam Penyusunan Skripsi Mahasiswa Akhir. Skripsi. Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Sukmasari, D. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Angkatan 2013 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. Jurnal Biotek, 5(1), 87-102.

Wahyuhadi, I. R. (2015). Hubungan Antara Penyesuain Diri Di Sekolah Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas X MAN 1 Kota Magelang. Naskah Publikasi. Universitas Negeri Yogyakarta.

Wahyuni, Sri. 2013. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 1(4), 220-227.

Yunita, E. (2013). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. Jurusan Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Zulfah, A. (2017). Studi Deskriptif Kecemasan Terhadap Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Akhir Universitas Negeri Medan. Skripsi. Jurusan Psikologi Universitas Negeri Medan.